

---

## ANEXOS

---

- 
- ANEXO A - Mapa e informações demográficas da zona norte de loures
  - ANEXO B - Consentimento informado
  - ANEXO C - Exemplo do relatório enviado aos pais
  - ANEXO D - Instrumentos de avaliação
  - ANEXO E - Tabelas suplementares
-

## ANEXO A - MAPA E INFORMAÇÕES DEMOGRÁFICAS DA ZONA NORTE DE LOURES



**Mapa das freguesias do concelho de Loures**

Fonte: Wikipédia, disponível em <http://pt.wikipedia.org/wiki/Ficheiro:FregsLoures.png>

**Tabela das Freguesias da zona norte de Loures e totais da população por freguesia<sup>a</sup>**

Freguesias da zona Norte do Concelho de Loures	Número de Habitantes
Lousa	3420
Fanhões	2698
Bucelas	4810
Loures	24237
Santo António do Tojal	4192
São Julião do Tojal	3600
Santo António dos Cavaleiros	36945
Frielas	2676
<b>Total</b>	<b>82578</b>

<sup>a</sup> Fonte: Censos 2001 do INE, à excepção de Santo António dos Cavaleiros cujo valor do INE se refere a 2009

## **ANEXO B**

### **Consentimento Informado Para Participação no Estudo Determinantes Sociais e Psicológicos do Comportamento Alimentar Infantil**

A Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa (ESTeSL), a Câmara Municipal de Loures, a Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa (FPCE-UL) e vários jardins de infância do Conselho de Loures estão envolvidas na realização de um estudo sobre o comportamento alimentar das crianças dos 5/6 anos, intitulado “Determinantes Sociais e Psicológicos do Comportamento Alimentar Infantil”. Este estudo é coordenado por mim, Dr.<sup>a</sup> Graça Andrade docente da ESTeSL .

O objectivo deste estudo é ajudar a compreender quais os aspectos da família que têm mais influência no comportamento alimentar da criança nestas idades, para que no futuro seja mais fácil organizar programas de promoção de uma alimentação saudável das crianças.

**A sua participação neste estudo é muito importante, pois os dados recolhidos só terão significado se um grande número de crianças e encarregados de educação participarem.**

Aos pais que concordarem em participar neste estudo pedimos que preencham os questionários que se encontram no envelope e que avaliam dados sociodemográficos, informação nutricional, atitudes e crenças sobre alimentação infantil e sobre educação das crianças, hábitos e comportamentos alimentares do seu filho(a).

Os questionários deverão ser devolvidos à educadora do seu/sua filho(a) no envelope fornecido aos pais, devidamente fechado. As crianças cujos pais acederem a participar neste estudo serão pesadas e medidas por estudantes de Dietética da ESTeSL que se deslocarão à escola. As preferências alimentares da criança serão também avaliadas na escola através de um jogo realizado por uma psicóloga.

Aos pais que colaborarem serão dados informação nutricional e aconselhamento escritos, específico para cada criança, com base na avaliação

realizada durante estudo. Esta informação será dada entre Março e Abril de 2009.

Os questionários serão tratados de forma anónima, pelo que só a investigadora coordenadora terá acesso à identidade dos participantes. Os resultados obtidos de todas as crianças e pais/encarregados de educação que participarem serão sempre tratados e apresentados na sua globalidade, preservando o anonimato das crianças e dos pais/encarregados de educação.

No caso de concordar em colaborar pedimos que preencha o pequeno texto que figura no fundo da página 2 e o entregue assinado juntamente com os questionários preenchidos, pois sem o seu consentimento não poderemos utilizar os dados relativos aos questionários, nem proceder à avaliação da criança que será realizada na escola.

Agradecia a devolução dos questionários preenchidos até dia 11 de Novembro. Se não for possível, poderá entregar mais tarde.

No caso de considerarem necessário qualquer esclarecimento sobre o projecto ou o preenchimento dos questionários poderá fazê-lo comigo - Graça Andrade, por mail: [mgandrade@estesl.ipl.pt](mailto:mgandrade@estesl.ipl.pt) ou por telefone: 218 980 400. Temos também disponíveis colaboradores que podem apoiar pessoalmente os pais/encarregados de educação no preenchimento dos questionários.

---

Depois de devidamente informado(a) autorizo que o meu/minha filho(a) \_\_\_\_\_ (nome da criança) participe no estudo "Determinantes Sociais e Psicológicos do Comportamento Alimentar Infantil", o que envolverá a sua pesagem e medição da altura, bem como a realização de um jogo sobre preferências alimentares.

Data : \_\_\_\_/\_\_\_\_/2008

O Encarregado de Educação

---

Caso concorde participar nesta investigação aproveito para informar que a 2ª fase deste projecto, a decorrer entre Dezembro de 2008 e Fevereiro de 2009, envolve a entrevista a alguns dos pais que tenham preenchido os questionários. A entrevista durará cerca de 1 hora, focará aspectos relacionados com a alimentação do(a) seu/sua filho(a) e será realizada por mim, a coordenadora do projecto, no jardim de infância em dia e hora a marcar por telefone, de modo a serem respeitadas a suas disponibilidades. Os dados obtidos serão igualmente tratados de forma anónima.

**O preenchimento dos questionários não obriga à realização da entrevista.**

Se desejar ser contactado para tentarmos encontrar um dia e uma hora em que esteja disponível para a entrevista pedia que preenchesse o formulário dentro do rectângulo no final desta página.

**Agradecendo sinceramente a sua colaboração,**

A investigadora coordenadora

Maria da Graça Andrade

**AUTORIZAÇÃO DE CONTACTO PARA REALIZAÇÃO DE ENTREVISTA NO ÂMBITO DO  
PROJECTO “DETERMINANTES SOCIAIS E PSICOLÓGICOS DO COMPORTAMENTO  
ALIMENTAR INFANTIL”**

Eu, \_\_\_\_\_(seu nome),  
permito ser contactado(a) pelo número de telefone/telemóvel  
\_\_\_\_\_, para marcação de dia e hora da minha conveniência  
para a realização de uma entrevista sobre os comportamentos alimentares do  
meu/minha filho(a), no âmbito do projecto “Determinantes sociais e  
psicológicos do comportamento alimentar infantil”.

Assinatura

\_\_\_\_\_



### **ANEXO C – EXEMPLO DO RELATÓRIO ENVIADO AOS PAIS**

## PROJECTO DETERMINANTES PSICOLÓGICOS E SOCIAIS DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR INFANTIL

A recolha de dados do projecto terminou! Vimos agradecer aos muitos pais que se disponibilizaram para o preenchimento dos questionários. **O nosso muito obrigado!**

Conforme combinado, enviamos um pequeno resumo da informação individual recolhida através dos questionários. Em seguida apresentamos alguns conselhos nutricionais adequados ao peso do(a) seu/sua filho(a). Por fim damos algumas ideias que poderá utilizar para facilitar a mudança das preferências e comportamentos alimentares do seu/sua filho(a).

Queríamos agradecer ainda em particular a todos os pais que se disponibilizaram para serem entrevistados. Queríamos pedir desculpa, mas foi humanamente impossível marcar entrevistas com todos os pais que se disponibilizaram, mas não queríamos deixar de salientar a boa-vontade demonstrada por tantos pais. Um agradecimento especial àqueles que foram contactados e nos cederam algum do seu tempo.

**FCT** Fundação para a Ciência e a Tecnologia  
MINISTÉRIO DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR



### I - INFORMAÇÃO RELATIVA À AVALIAÇÃO REALIZADA A NOME DA CRIANÇA

O(A) seu/sua filho(a) apresentou excesso de peso para a altura e idade, pelo que deverá tentar realizar algumas alterações na alimentação do(a) seu/sua filho(a).

A avaliação das **preferências alimentares** do seu/sua filho(a) revelou uma preferência por alimentos saudáveis, o que é excelente pois garante que as escolhas dos alimentos que ele/a fará serão também maioritariamente saudáveis.

Os questionários que preencheu sobre os **hábitos alimentares** do(a) seu/sua filho(a) apontam para que precisa de fazer algumas alterações nos hábitos alimentares da criança, de acordo com as indicações nutricionais que se apresentam mais à frente.

Relativamente aos pais foram avaliados os estilos parentais, que são geralmente classificados em três grupos: estilo autoritário, estilo orientador, estilo permissivo. O estilo que aponta para melhores resultados na aquisição de hábitos e preferências alimentares saudáveis a longo prazo é o estilo orientador.



**Como são os pais orientadores?** Se quiser, aproveite algumas ideias!!

**Os pais de Estilo Orientador...**

...têm algumas regras (não em excesso) sobre alimentação (ex.: comer sopa às refeições, comer vegetais, só comer guloseimas ou beber refrigerantes num dia da semana, comer peixe várias vezes por semana, etc.) e não cedem nessas regras. Haverá sempre outras áreas do comportamento alimentar onde os pais poderão ser mais flexíveis.

...dão uma explicação das razões que suportam as regras ou pedidos relativamente à alimentação.

...orientam o comportamento da criança essencialmente encorajando (sem excesso), explicando a alimentação saudável, e fazendo igual ao que pedem para a criança fazer (ex: se não querem que a criança coma chocolates os pais também não os comem; comerem a fruta que pedem à criança para comer).

...dão frequentemente espaço à criança para decidir o que quer comer entre alternativas de uma alimentação saudável (ex.: escolher que vegetal quer para acompanhar o jantar) e têm frequentemente em consideração as preferências da criança. Contudo não é a criança que decide sempre o que se come às refeições, até porque é necessário ir introduzindo novos alimentos, para aumentar a variedade alimentar e mudar comportamentos alimentares menos adequados.

...não forçam a criança a comer alimentos que a criança detesta. Este alimento poderá sempre ser substituído por outro(s) alimento(s) que terá(ão) um valor nutricional semelhante. (ex: ver tabela de equivalências mais à frente)

...não proíbem alimentos, mesmo quando os filhos têm excesso de peso. Podem ser sempre criadas regras de consumo reduzido (ex: gomas só aos fins de semana). Proibir alimentos que a criança gosta aumenta a preferência por esse alimento. Quando a criança não tiver os pais por perto irá consumir grandes quantidades do alimento proibido.

...não utilizam recompensas para que a criança coma alimentos saudáveis. A recompensa poderá fazer a comer mas vai diminuir a preferência pelo alimento. Nunca dão guloseimas como recompensa e não esquecem de elogiar a criança sempre que ela escolhe livremente alimentos adequados.

## II - INFORMAÇÃO NUTRICIONAL



A pirâmide alimentar indica como podemos fazer uma alimentação mais saudável e diversificada. A base da pirâmide corresponde à base da alimentação saudável, contém pão, batata, massa, arroz e outros cereais. Pelo contrário, o grupo do topo representa os alimentos a consumir com menor frequência: doces e gorduras. Os níveis intermédios são indispensáveis. Os frutos e vegetais fornecem fibras, vitaminas e minerais. O leite e derivados proporcionam o fornecimento de cálcio, Vitamina D e proteínas; as necessidades proteicas são também garantidas pela carne, peixe, ovos e leguminosas. O consumo diário de água é fundamental para assegurar o bem-estar geral. Em Dietética não podemos falar em alimentos bons e alimentos maus. Todos são importantes e devem ser consumidos em quantidades adequadas. O segredo do equilíbrio está em controlar não só a quantidade dos alimentos, como a sua qualidade.

## III – ALGUMAS IDEIAS PARA FACILITAR A MUDANÇA DAS PREFERÊNCIAS E DOS COMPORTAMENTOS ALIMENTARES

- Tente ter em casa só os alimentos mais adequados a uma alimentação saudável.

### REGRAS BASE

- Comer devagar e mastiga bem os alimentos
- Fraccionar a alimentação em 4 a 5 refeições diárias
- Os lanches devem ser constituídos por leite, sandes, fruta e iogurtes. Evite as bebidas doces (ex: sumos de pacote) e os alimentos com muitas calorias (ex: bolachas e snacks de pacote que sejam salgados ou doces)
- Aumentar o consumo de peixe e diminuir o número de refeições de carne
- Utilizar as gorduras como condimento e não como alimento
- Fazer uma alimentação rica em hidratos de carbono complexos e fibras
- Reduzir a adição de sal, substituindo por ervas aromáticas
- Beber diariamente 1 litro de água. Aumenta esta quantidade em épocas de calor ou se fizeres um grande esforço físico
- Ler o rótulo das embalagens, com especial atenção para o teor em açúcares, gorduras e sódio (sal)
- Manter o peso ideal
- Fazer exercício físico regularmente. Além de reduzir os riscos de muitas doenças, uma actividade física regular contribui para a manutenção do peso ideal, estimulando a saúde física e mental.

**Exemplo de um Plano Nutricional para um dia**

<b>Pequeno-almoço:</b>	1 copo leite meio gordo 1 carcaça com manteiga ou queijo magro ou fiambre
<b>Meio manhã:</b>	1 iogurte magro ou 1 fruta
<b>Almoço:</b>	Sopa de legumes (sem batata, arroz nem massa) Carne ou peixe (cozido, grelhado ou assado e estufado sem molho) com 2 batatas pequenas ou 3 colheres de sopa de arroz/massa cozida, e não se esqueça dos LEGUMES ou SALADAS
<b>1 hora depois:</b>	1 Fruta
<b>Merenda:</b>	1 copo leite meio gordo 4 tostas com manteiga ou queijo magro ou fiambre
<b>Jantar:</b>	Sopa de legumes (sem batata, arroz nem massa) Carne ou peixe sem gorduras visíveis (cozido, grelhado ou assado e estufado sem molho) com 2 batatas pequenas ou 3 colheres de sopa de arroz/massa cozida, e não esqueça os LEGUMES ou SALADAS;

**EQUIVALÊNCIAS:**

Na tabela seguinte, encontrará alimentos com valor nutricional semelhante para que possa variar a alimentação o mais possível. As equivalências apresentadas são valores médios.

<b>LEITE - 2dl</b>	<b>PÃO - 1 carcaça</b>	
1 Iogurte	1 Fatia pão caseiro	
25g Queijo	4 Tostas ou bolachas água e sal (quadrada)	
1 Queijoinho fresco	5 Bolachas Maria, torrada, integral ou água e sal (redonda)	
½ Requeijão	5 colheres de sopa de cereais não açucarados	
<b>BATATA - 2 batatas pequenas</b>	<b>FRUTA - 1 Laranja média</b>	<b>AZEITE - 1 colher sopa</b>
3 colheres sopa arroz (cozido)	2 Ameixas	10g Manteiga
3 colheres sopa massa (cozido)	1 Rodela ananás	25g Natas
4 colheres sopa feijão (cozido)	1 Banana pequena	1 colher sopa Maionese
4 colheres sopa grão (cozido)	2 Talhadas melão/melancia	1 colher de sopa de Óleo
8 colheres sopa ervilhas (cozido)	1 Pêra	
8 colheres sopa favas (cozido)	1 Taça de Morangos	
	1 Maçã pequena	
		<b>Bom apetite !</b>

Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa

Licenciatura em Dietética e Nutrição

- ➔ Coma refeições em família em que os irmãos e pais possam servir de exemplo de uma alimentação saudável. As crianças nesta idade seguem muito os modelos familiares.

- ➔ O ambiente às refeições deve ser agradável para que a criança associe a alimentação saudável a emoções positivas. Deve-se, por isso, evitar confrontos e tensões durante a refeição, e principalmente se for para obrigar a criança a comer certo tipo de alimento ou quantidade. A ansiedade sentida nestas situações tende a aumentar o consumo alimentar.
- ➔ Se o seu/sua filho/a come certos alimentos em excesso (ex.: chocolates, gomas, fritos) faça a redução progressivamente. O mesmo se aplica se for necessário diminuir a quantidade de comida ingerida de uma forma geral. Para as crianças que têm muita fome durante o dia poderá fazer snacks de vegetais (ex: cenoura, pepino, aipo crus).
- ➔ Para crianças que quando estão em casa comem vezes em excesso durante todo o dia, estabeleça um horário fixo de refeições com snacks saudáveis entre as refeições principais. Não esqueça que na escola o/a seu/sua filho(a) consegue comer com intervalos fixos.
- ➔ Para as crianças que comem em excesso é sempre conveniente combinar com ela que deve terminar de comer quando deixar de sentir fome. Muitas crianças continuam a comer só pelo prazer e não por estarem com fome. Muitas vezes a criança deixou de utilizar a sensação de deixar de ter fome para parar de comer. É importante que ela readquira este hábito. Discuta com a criança sobre as diferenças das sensações de fome, saciação e ter comido demais. No início

pode haver alguma resistência, por isso não faça deste assunto um motivo de conflito ou tensão. Esta reaprendizagem é sempre lenta.

- ➡ Use a pirâmide alimentar como referência quando fala com a criança sobre alimentação. A pirâmide já foi trabalhada na escola e a criança generalizará mais facilmente aquilo que aprendeu no jardim-de-infância.
- ➡ Se quer que a criança passe a comer e gostar de certos alimentos é fundamental que eles sejam servidos frequentemente. Depois de comer um alimento várias vezes (12 a 15 vezes) a preferência por esse alimento aumenta. Acompanhe sempre estas acções com explicações e encorajamentos positivos, e a família deve também comer e mostrar prazer no consumo dos alimentos. Enquanto prova um novo alimento em conjunto com a criança, fale com ela sobre o cheiro, o sabor e a textura. Mesmo que a criança não coma das primeiras vezes, ponha o alimento no prato.
- ➡ Envolver a criança na preparação dos alimentos para a refeição (ex: saladas, descascar ervilhas, bater ovos). A criança estará mais motivada para comer alimentos que ajudou a preparar.
- ➡ Não insista com muita frequência para a criança comer um alimento que tem no prato, porque aumenta a atitude negativa da criança em relação a esse alimento.
- ➡ Evite que a criança veja televisão enquanto come.
- ➡ Tenha acessível à criança alimentos que ela possa comer mais frequentemente (ex: fruta, vegetais lavados, iogurtes, pão), de modo a que ela os possa ir buscar sem ajuda. Evite ter acessíveis

(e idealmente nem ter em casa) alimentos que quer que a criança coma com pouca frequência.

- ➡ É natural que a criança reaja mal a algumas das mudanças alimentares. Porém se fizer poucas mudanças de cada vez e as fizer de um modo gradual, não desistindo às primeiras reacções negativas, a criança acabará por aceitar o novo hábito. As mudanças devem também ser apresentadas num tom afectivo e, sempre que possível, resultado de acordo entre a criança e os pais, evitando que se tomem em imposições.

**OBRIGADA!**

CONTACTO: Graça Andrade

mgandrade@estesl.jipl.pt

tel.: 218 980 400



### **Anexo D - INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO**

- Questionário de Hábitos Alimentares Infantis
- Cotação do Questionário dos Hábitos Alimentares Infantis
- Avaliação das Preferências Alimentares
- Exemplos de imagens utilizadas na Avaliação das Preferências Alimentares
- Cotação da Avaliação das Preferências Alimentares
- Questionário de Conhecimento Nutricional
- Cotação do Questionário de Conhecimento Nutricional
- Questionário de estilos parentais de alimentação
- Questionário de determinantes alimentares (tempo de visionamento de televisão, percepção parental de peso, preocupação parental, atribuições parentais de autoeficácia e de controlo)
- Avaliação das características sociodemográficas



**QUESTIONÁRIO SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES INFANTIS (5-6 ANOS)****INSTRUÇÕES  
DE  
PREENCHIMENTO**

As perguntas que lhe vão ser colocadas referem-se à alimentação do seu filho/a. Agradecemos desde já a sua colaboração.

O questionário vai ser submetido a leitura óptica.  
Por favor use tinta preta ou azul evitando riscar fora dos círculos.

Preencha assim ☐  
assim não ☐

Para responder às perguntas 1,2 e 3 deverá basear-se no comportamento do seu filho/a no último mês. Deverá responder assinalando só uma opção para cada linha.

**1. Durante o fim-de-semana, o(a) seu(sua) filho(a):**

	Nunca	Às vezes	Sempre
Toma o pequeno-almoço	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toma o lanche da manhã	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Almoça	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toma o lanche da tarde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Janta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Come um pouco antes de ir para a cama	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**2. Durante os dias úteis da semana (2ª a 6ª feira), o(a) seu(sua) filho(a):**

	0-1 vez por semana	2-4 vezes por semana	Todos os dias
Toma o pequeno-almoço	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toma o lanche da manhã	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Almoça	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toma o lanche da tarde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Janta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Come um pouco antes de ir para a cama	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Com que frequência o(a) seu(sua) filho(a) come os seguintes alimentos:

	Raramente ou nunca	Pelo menos uma vez por semana	Pelo menos uma vez por dia
Fruta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vegetais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Doces / Guloseimas fora das refeições	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lactínios (leite, iogurte, queijo)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Carne vermelha (ex: carne de vaca, porco)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Carne branca (ex: carne de aves)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Peixe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Leguminosas (ex: feijão, grão)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cereais ou alimentos à base de cereais (ex: milho, pão, massa)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alimentos com açúcar adicionado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alimentos temperados ou cozinhados com sal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alimentos integrais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lactínios meios gordos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fast-food comprada fora de casa (ex: pizza, hambúrguer)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Refrigerantes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sopa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sobremesas doces (excluindo a fruta)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Quantas variedades diferentes dos seguintes alimentos, o(a) seu(sua) filho(a) come geralmente por semana?

Ex1: Se a criança durante a última semana comeu cenoura e abóbora na sopa, tomate numa pizza e em salada, alface e esparregado de espinafres, são 5 tipos diferentes de vegetais durante a última semana. Deveria então dar a sua resposta na coluna correspondente a 4-5.

Ex2: Se a criança na semana passada comeu duas vezes carne de frango, uma vez borrego e teve duas refeições com carne de vaca, deve dar a resposta na coluna correspondente a 2-3, independentemente das vezes que a criança repetiu refeições com o mesmo tipo de carne.

No caso da criança não ter comido nenhuma variedade do tipo de alimento, não responda. Por exemplo, se a criança não comeu leguminosas na última semana, ou se as come menos de 1 vez por semana, deixe a resposta em branco.

	1 variedades	2-3 variedades	4-5 variedades	Mais de 5 variedades
Legumes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Carne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Peixe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Leguminosas (ex: feijão, grão)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Cereais e alimentos à base de cereais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fruta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



QUESTÃO	VARIAVEL	resposta	cotação
1 e 2	Frequência das refeições	Nunca	0
		Às vezes	1
		Sempre	2
		Pelo menos 1/dia	2
	vegetais	Raramente; Pelo menos 1/semana *	0
		Pelo menos 1/dia	2
	gulseimas	Pelo menos 1/semana; Pelo menos 1/dia <sup>†</sup>	0
		Raramente	2
	laticínios	Raramente; Pelo menos 1/semana*	0
		Pelo menos 1/dia	2
	Carne vermelha	Pelo menos 1/dia <sup>†</sup>	0
		Raramente; Pelo menos 1/semana	2
	Carne branca	Raramente*	0
		Pelo menos 1/semana; Pelo menos 1/dia	2
	Peixe	Raramente; Pelo menos 1/semana*	0
		Pelo menos 1/dia	2
	Legumes	Raramente*	0
		Pelo menos 1/semana; Pelo menos 1/dia	2
	Cereais	Raramente; Pelo menos 1/semana*	0
		Pelo menos 1/dia	2
	Alimentos c/ açúcar adicionado	Pelo menos 1/semana;Pelo menos 1/dia <sup>†</sup>	0
		Raramente	2
	Alimentos temperados c/ sal	Pelo menos 1/semana;Pelo menos 1/dia <sup>†</sup>	0
		Raramente	2
	Alimentos integrais	Raramente;Pelo menos 1/semana*	0
		Pelo menos 1/dia	2
	Laticínios meios gordos	Raramente; Pelo menos 1/semana*	0
		Pelo menos 1/dia	2
	Fast food	Pelo menos 1/semana; Pelo menos 1/dia <sup>†</sup>	0
		Raramente	2
	Refrigerantes	Pelo menos 1/semana;Pelo menos 1/dia <sup>†</sup>	0
		Raramente	2
	Sopa	Raramente;Pelo menos 1/semana*	0
		Pelo menos 1/dia	2
	Sobremesas doces	Pelo menos 1/semana; Pelo menos 1/dia <sup>†</sup>	0
		Raramente	2
4 Variedade	Legumes; Carne; Peixe; Leguminosas; Cereais e Fruta	Ausência resposta	0
		1 variedade	1
		2-3 variedades	2
		4-5 variedades	3
		Mais de 5 variedades	4

\* - consumo inadequado por déficit

<sup>†</sup> - Consumo inadequado por excesso

## **Avaliação Das Preferências Alimentares**

**Instruções.** Coloca-se os 3 cartões base (smile, neutro, zangado).

“Este é um jogo para sabermos quais são os alimentos que tu mais gostas e os que não gostas. Estes cartões têm caras diferentes. Este (smile) quer dizer que o menino gostou muito do que comeu. Este (zangado) quer dizer que o menino não gosta nada do que comeu. Este é quando o menino não gosta muito nem detesta aquilo que comeu.

Vou mostrar-te cartões com alimentos e tu vais colocar o cartão aqui em cima (smile) se gostares muito. Se não gostares do alimento que estiver no cartão pões aqui, neste cara de quem não gosta. Se for um alimento de que não gostes muito mas também não detestes pões aqui no meio, porque gostas assim-assim. Como as figuras têm muitos alimentos é natural de que nunca tenhas comido alguns deles e não conheças o sabor, ou não te lembres, por isso não podes saber se gostas ou não. Quando aparecer nos cartões um destes alimentos basta dizer que nunca comeste o alimento que está no cartão. Está bem?”

Cada cartão é apresentado isoladamente e retirado depois da criança o classificar.

É natural a criança não ter a mesmo grau de preferência por todos os alimentos que o cartão representa. Assim o cartão deve ser classificado na categoria correspondente à maioria dos alimentos representados (ex: se no cartão dos vegetais a criança diz gostar de todos mas detesta cebola, a classificação deve ser genérica, e por isso os vegetais serão classificados como “Gosto muito”). O mesmo critério se aplica na situação inversa: se a criança diz que a sua preferência por carne, hambúrguer é média e que gosta muito de salsichas, o cartão carne deve ser classificado como Médio).

“Este cartão representa a) .Conheces estes alimentos? (Cr) E gostas? (Cr).

Então onde o classificas: gosto muito, assim-assim ou não gosto?

1 - Arroz cozinhado de diferentes maneiras, pode ser cozido, pode ser misturado com outros alimentos (ex: arroz de tomate, salsicha).

2 – Massas: espaguete, e massas com outras formas: letras, rolinhos, etc.

3 – Pão (simples ou misturado com outras coisas: manteiga, doce etc.

4 – Vegetais que se comem geralmente cozinhados: cenouras, ervilhas, feijão verde

5 – leite simples, sem nada misturado

6- alimentos fritos: douradinhos, rissóis, croquetes, filetes

7 – queijo fresco

8 – cereais matinais doces ou de chocolate

9 – Maçã

10 – Peixe

- 11 – Frango ou peru assado, cozido
- 12 – Batatas fritas
- 13 – Batatas cozidas ou puré de batata
- 14 – Sopa (passada ou com pedaços inteiros)
- 15 – Cereais que não sejam doces
- 16 – Queijos que não o queijo fresco
- 17 – Leite com chocolate ou com outros sabores, por ex: a morango
- 18 – Sumo de laranja natural
- 19 – atum
- 20 – gelados
- 21 – Feijões (branco vermelho, feijão frade), grão
- 22 – chocolate
- 23 – coca cola e outros refrigerantes (que se comprem em garrafas ou pacotes)
- 24 – iogurtes, não só sólidos, também líquidos, com fruta, doces ou com açúcar
- 25 – vegetais que se comem geralmente crus: alface, cenoura, cebola, tomate
- 26 – Banana
- 27 – fruta em calda que vem em latas com sumo : ananás, pêssago, etc
- 28 – carne de vaca, porco ou borrego; bife, hambúrguer, salsichas
- 29 – ovos cozidos, estrelados mexidos
- 30 – bolachas, donuts, bolos
- 31 – gomas
- 32 – pizza

## EXEMPLOS DE IMAGENS UTILIZADAS PARA A AVALIAÇÃO DAS PREFERÊNCIAS ALIMENTARES



Queijo fresco



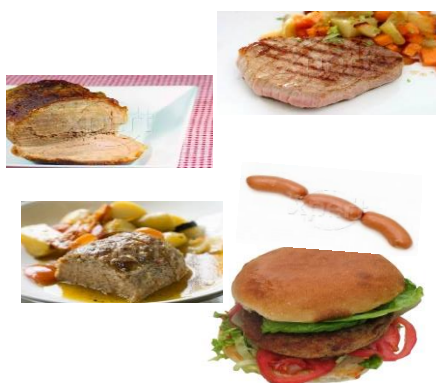
Cereais sem açúcar



Maçã



Batatas fritas



Carne



Sopa (de vegetais)

**AVALIAÇÃO DAS PREFERÊNCIAS ALIMENTARES - COTAÇÃO****Folha de aplicação**

Nome da criança: \_\_\_\_\_

data da avaliação: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

N	Alimento / cotação	Não gosto (X-3)	Gosto médio	Gosto muito (X3)	Ns/nd*
1	Queijo Fresco (1)				
2	Cereais sem sabor doce (+3)				
3	Outros queijos que não sejam fresco (1)				
4	Cereais doce ou com sabor a chocolate ou a mel (-3)				
5	Arroz (1)				
6	Esparguete, massas cozidas (1)				
7	Pão(1)				
8	Leite branco (3)				
9	Pasteis fritos, croquetes, rissóis, douradinhos (-3)				
10	Fruta como maçã, pêra, laranja (3)				
11	Peixe cozido ou grelhado. (3)				
12	Frango ou peru (3)				
13	Batatas fritas, assim em palitos ou de pacote (-3)				
14	Batatas cozidas ou puré de batata (3)				
15	Sopa (3)				
16	Sumo de laranja (1)				
17	Leite com chocolate ou com sabor a frutas(-3)				
18	Atum em lata (1)				
19	Gelados (-3)				
20	Grão ou feijões (1)				
21	Chocolates (-3)				
22	sumos de garrafa, lata ou pacote (-3)				
23	Iogurtes líquidos ou sólidos, naturais ou com sabores (3)				
24	Vegetais que se comem crus (3)				
25	Banana, manga ou outras frutas muito doces (1)				
26	Fruta em lata (-3)				
27	Carne (1)				
28	Ovos (1)				
29	Bolachas doces, bolos, donuts, bolicão (-3)				
30	Gomas (-3)				
31	Piza (-3)				
32	Vegetais que se comem geralmente cozinhados (3)				
33	Água (3)				
	<b>SUB TOTAIS</b>				
	<b>TOTAL</b>				

\* Ns - a cr. não se lembra do sabor ou nunca provou. Estes cartões não são considerados para o resultado final

**Cotação – Preferências alimentares**

A avaliação das preferências alimentares é obtida a partir de dois resultados:

A cada alimento corresponde um valor numérico em função da frequência ideal de consumo: 3 (alimentos a ingerir frequentemente), 1 (alimentos a ingerir com frequência média) e -3 (alimentos a ingerir raramente). A classificação atribuída a cada alimento é apresentada na folha de aplicação. Este valor é multiplicado pelo grau de preferência da criança pelo alimento: por -3 caso a criança o classificasse como “não gosto”, ou por +3 caso fosse classificado “como gosto muito”. Por exemplo, se a criança classificasse a piza (-3) como alimento que gosta muito (3), isto corresponderia a um valor -9. Os alimentos escolhidos como preferência média não são incluídos na classificação, com o objetivo de permitir uma maior diferenciação das crianças.

Os valores obtidos através dos produtos obtidos são somados para a obtenção do resultado final.

(Gibson, Wardle, Watts, 1998)

Preencha	assim	<input checked="" type="radio"/>
	assim não	<input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/>

1. Na coluna da esquerda são apresentados alguns alimentos. Na parte de cima da tabela figuram alguns dos nutrientes que compõem os alimentos. Para cada alimento deverá assinalar o(s) nutriente(s) em que cada alimento é mais rico. Pode assinalar 1 ou 2 nutrientes por alimento.

[illegible]

14292

	Gordura	Fibra	Proteínas	Açúcares simples ex.: sacarose	Hidratos de Carbono ex.: amido	Não tenho a certeza
14. Chocolates	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Arroz cozido	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Bolachas doces simples	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Banana	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Maçã	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2. Na tabela que se segue pretende-se que identifique os alimentos que são ricos em cada um dos nutrientes. Pode assinalar 1 ou 2 nutrientes para cada alimento.

	NUTRIENTES				
	Ferro	Cálcio	Sal	Vitamina C	Não tenho certeza
1. Peixe gordo (ex.: salmão, sardinha, atum)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Queijo seco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Leite gordo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Leite magro	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Margarina de barrar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Laranjas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Carne vermelha (ex.: vaca, borrego, porco)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Cenouras cruas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. As perguntas que se seguem são sobre conselhos que acha que os profissionais de saúde costumam dar.

Acha que os profissionais de saúde recomendam que as pessoas devem comer mais, menos ou a mesma quantidade dos seguintes alimentos? (marque só uma vez para cada alimento)

	Comer mais	Comer a mesma	Comer menos	Não tenho a certeza
Pão integral	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sal	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Batatas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fruta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



	Comer mais	Comer a mesma quantidade	Comer menos	Não tenho a certeza
Vegetais	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Leite Gordo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gorduras saturadas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Peixe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alimentos ricos em amido(ex: arroz)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Açúcar adicionado	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alimentos com fibra (ex: hortaliças)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Para as duas questões seguintes as doses de vegetais e fruta são medidas em chávenas de chá. No caso de vegetais ou frutas grandes (ex: manga, alface) o cálculo é feito pela quantidade de fruta/vegetal que cabe na chávena mas cortado em pequenos pedaços.

4a. Que quantidade de fruta deve o seu/sua filho(a) de 5/6 anos comer diariamente?

- ☐ menos de 1 chávena
- ☐ entre 1 e 2 chávenas
- ☐ entre 3 e 4 chávenas
- ☐ entre 5 e 6 chávenas
- ☐ Não tenho a certeza

4b. Que quantidade de vegetais deve o seu/sua filho(a) de 5/6 anos comer diariamente?

- ☐ menos de 1 chávena
- ☐ entre 1 e 2 chávenas
- ☐ entre 3 e 4 chávenas
- ☐ entre 5 e 6 chávenas
- ☐ Não tenho a certeza

14292

5. As próximas questões são sobre escolhas de alimentos. Por favor responda à pergunta e não se gosta ou não do alimento. Por exemplo, suponha que a pergunta era: "Se uma pessoa quer cortar gorduras, qual é o melhor queijo para comer?"
- a. Queijo de ovelha
  - b. Queijo flamengo
  - c. Queijo fresco
  - d. Queijo da ilha"

Se não gosta de queijo fresco, mas sabe que é essa a resposta certa, deve mesmo assim marcá-la.

**I - Qual é a melhor escolha para um snack magro e rico em fibras? (escolha um)**

- a. Iogurte magro de morango ☐
- b. Uvas ☐
- c. Barra de cereais muesli ☐
- d. Bolachas integrais com queijo flamengo ☐
- e. Não tenho a certeza ☐

**II - Qual é a melhor escolha para uma refeição magra e rica em fibras? (escolha um)**

- a. Frango grelhado com legumes ☐
- b. Carne grelhada com queijo ☐
- c. Barra de cereais muesli ☐
- d. Tarte de fiambre e bacon ☐
- e. Não tenho a certeza ☐

**III- Qual é a sande: mais saudável?(escolha um)**

- a. 2 fatias grossas de pão com uma fatia fina de queijo flamengo ☐
- b. 2 fatias finas de pão com uma fatia grossa de queijo flamengo ☐
- c. Não tenho a certeza ☐

**IV- Muita gente gosta de esparguete à bolonhe:sa (massa como molho de carne e tomate). O que acha mais saudável?(escolha um)**

- a. Uma grande dose de esparguete com um pouco de molho no topo ☐
- b. Uma pequena dose de espargute com muito molho ☐
- c. Não tenho a certeza ☐

**V - Se quiser diminuir a quantidade de gordura na sua dieta, qual é a melhor escolha? (escolha um)**

- a. Bife de vaca grelhado ☐
- b. Salsichas grelhadas ☐
- c. Bife de peru grelhado ☐
- d. Costeletas de porco grelhadas ☐
- e. Não tenho a certeza ☐

**VI - Se quer reduzir a gordura na sua dieta mas sem deixar de comer batatas fritas, qual é a melhor escolha? (escolha um)**

- a. Palitos grossos ☐
- b. Palitos finos ☐
- c. Onduladas ☐
- d. Não tenho a certeza ☐

**VII - Um tipo de óleo que contém maioritariamente gordura monoinsaturada é o (escolha um)**

- a. Óleo de coco ☐
- b. Óleo de girassol ☐
- c. Azeite ☐
- d. Óleo de palma ☐
- e. Não tenho a certeza ☐

**VIII. O que é mais saudável? (escolha um)**

- a. Pão de milho ☐
- b. Pão integral ☐
- c. Pão de mistura ☐
- d. Panico normal ☐
- e. Não tenho a certeza ☐

**QUESTIONÁRIO DE CONHECIMENTO NUTRICIONAL**  
**(GENERAL NUTRITION KNOWLEDGE QUESTIONNAIRE FOR ADULTS**  
**PARMENTER E WARDLE, 1999)**

**COTAÇÃO**

**PERGUNTA 1**

Considera-se a resposta correta quando é assinalado um nutriente principal, desde que não associada a um nutriente ausente. Consideram-se a resposta errada quando a) existem mais de 2 nutrientes assinalados; b) é dada a resposta “Não tenho a certeza”; c) é selecionado pelo menos 1 nutriente ausente; d) são assinalados só um ou dois nutrientes secundários; e) são assinalados só um ou dois nutrientes ausentes. Aplicam-se as mesmas normas quer tenham sido escolhidas 1 ou 2 alternativas

	Nutrientes principais	Nutrientes secundários	Nutrientes ausentes ou residuais
<b>1. Pão integral</b>	Fibra Hidratos de carbono	Proteínas Açúcares simples	Gorduras
<b>2. Peixe branco</b>	Proteínas	Gorduras	Fibra Açúcares simples Hidratos de carbono
<b>3. Peixe gordo</b>	Gorduras Proteínas		Fibra Açúcares simples Hidratos de carbono
<b>4. Queijo seco</b>	Gorduras Proteínas		Fibra Açúcares simples Hidratos de carbono
<b>5. Leite gordo</b>	Gorduras Proteínas	Açúcares simples	Fibra Hidratos de carbono
<b>6. Leite magro</b>	Proteínas	Açúcares simples	Gorduras Fibra Hidratos de carbono
<b>7. Batatas cozidas</b>	Hidratos de carbono	Fibra	Gorduras Proteínas Açúcares simples
<b>8. Carne vermelha</b>	Gorduras Proteínas		Fibra Açúcares simples Hidratos de carbono
<b>9. Carne de aves</b>	Proteínas	Gorduras	Fibra Açúcares simples Hidratos de carbono
<b>10. Margarina de barrar</b>	Gorduras		Fibra Proteínas Açúcares simples Hidratos de carbono

	Nutrientes principais	Nutrientes secundários	Nutrientes ausentes ou residuais
<b>11. Manteiga</b>	Gorduras		Fibra Proteínas Açúcares simples Hidratos de carbono
<b>12. Leguminosas</b>	Fibras Proteínas	Açúcares simples Hidratos de carbono	Gorduras
<b>13. Compota</b>	Açúcares simples	Gorduras Fibra	Proteínas Hidratos de carbono
<b>14. Chocolates</b>	Gorduras Açúcares simples	Hidratos de carbono	Fibra Proteínas
<b>15. Arroz cozido</b>	Proteínas Hidratos de carbono	Fibra	Gorduras Açúcares simples
<b>16. Bolachas doces simples</b>	Açúcares simples	Gorduras Hidratos de carbono	Fibra Proteínas
<b>17. banana</b>	Fibra Açúcares simples Hidratos de carbono	Proteínas	Gorduras
<b>18. Maçã</b>	Fibra Hidratos de carbono	Proteínas Açúcares simples	Gorduras

## PERGUNTA 2

Normas de cotação como na pergunta 1

	Nutrientes principais	Nutrientes secundários	Nutrientes ausentes ou residuais
<b>1. Peixe gordo</b>	Ferro Cálcio		Sal Vitamina C
<b>2. Queijo seco</b>	Cálcio	Ferro Sal	Vitamina C
<b>3. Leite gordo</b>	Cálcio	Ferro Sal	Vitamina C
<b>4. Leite magro</b>	Cálcio	Ferro Sal	Vitamina C
<b>5. Margarina</b>	Sal	Ferro Cálcio	Vitamina C
<b>6 Laranja</b>	Vitamina C		Ferro Cálcio Sal
<b>7. Carne vermelha</b>	Ferro	Cálcio	Sal Vitamina C
<b>8. Cenouras cruas</b>	Cálcio	Vitamina C	Ferro Sal

**PERGUNTA 3**

É assinalada, para cada questão, a única opção considerada correta. Todas as outras alternativas são classificadas como erradas.

	<b>Resposta correta</b>		<b>Resposta correta</b>
<b>1. Pão integral</b>	Comer mais	<b>7. Gorduras saturadas</b>	Comer o mesmo
<b>2. Sal</b>	Comer menos	<b>8. Peixe</b>	Comer mais
<b>3. Batata</b>	Comer o mesmo	<b>9. Alimentos ricos em amido</b>	Comer o mesmo
<b>4. Fruta</b>	Comer mais	<b>10. Açúcar</b>	Comer o mesmo
<b>5. Vegetais</b>	Comer mais	<b>11. Alimentos c/ fibras</b>	Comer mais
<b>6. Leite gordo</b>	Comer o mesmo		

**PERGUNTA 4.**

a. Resposta correta: “entre 1 e 2 chávenas”

Todas as restantes erradas

b. Resposta correta: “entre 1 e 2 chávenas”

Todas as restantes erradas

**PERGUNTA 5**

Só uma resposta correta

	<b>Resposta correta</b>
<b>I.</b>	C
<b>II.</b>	A
<b>III.</b>	A
<b>IV.</b>	A
<b>V.</b>	C
<b>VI.</b>	A
<b>VII.</b>	C
<b>VIII.</b>	B

Nota: Cada resposta correta do questionário é cotada com 1 ponto. Cada resposta incorreta é cotada com zero pontos. A classificação final do questionário varia entre 0 e 46.

**QUESTIONÁRIO DE ESTILOS PARENTAIS DE ALIMENTAÇÃO**

(Hughes, Power &amp; Fisher, 2004)

<b>INSTRUÇÕES DE PREENCHIMENTO</b>	<p>Este questionário tem como objectivo avaliar alguns dos factores relacionados com o comportamento alimentar das crianças.</p> <p>O questionário vai ser submetido a leitura óptica.</p> <p>Por favor use tinta preta ou azul evitando riscar fora dos círculos.</p> <p>Obrigada</p>	<p>Preencha</p> <p> <input type="radio"/> <b>sim</b>  <input type="radio"/> <b>não</b> </p>
--	--	---

As frases que se seguem referem-se à SUA interação com o/a seu/sua filho(a) em idade pré-escolar durante o jantar. Marque a resposta que melhor descreve a frequência com que estas situações ocorrem. Se não tiver a certeza tente dar a resposta que pensa estar mais próxima da realidade.

Durante o jantar com que frequência....		Nunca	Raramente	Às vezes	A maior parte das vezes	Sempre
1	Segura ou usa a força física com a criança para conseguir que ela coma (ex: senta a criança na cadeira para que ela coma)	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
2	Promete à criança que se ela comer lhe dará alguma coisa que não seja comida (por exemplo, "Se comeres os feijões podes jogar à bola depois de jantar")	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
3	Incentiva a criança a comer preparando a comida de modo a ficar mais apelativa (exemplo, decora os pratos)	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
4	Faz perguntas à criança sobre a comida durante o jantar	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
5	Diz à criança para comer pelo menos um bocadinho de comida que tenha no prato	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
6	Dá argumentos à criança para que ela coma (exemplo, "o leite é bom para ti porque te faz mais forte")	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
7	Diz alguma coisa que mostre o seu desagrado com a criança por ela não estar a comer o jantar	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
8	Permite à criança escolher os alimentos que ela quer comer ao jantar de entre aqueles que já foram preparados	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
9	Elogia a criança por ter comido (por exemplo, dizendo "Lindo menino! Estás a comer a tua alface!")	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
10	Sugere à criança que coma o jantar (por exemplo dizendo-lhe "O teu jantar está a arrefecer")	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>

22205

Durante o jantar com que frequência.....		Nunca	Raramente	Às vezes	A maior parte das vezes	Sempre
11	Diz à criança "Despacha-te e come!"	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
12	Avisa a criança de que lhe vai tirar alguma coisa <del>que não seja comida</del> se ela não comer, (por exemplo: "Se não acabares a carne, não brincas depois do jantar")	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
13	Diz à criança para comer alguma coisa que tenha no prato	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
14	Avisa a criança que lhe retira um alimento se ela não comer (por exemplo, "Se não acabares os vegetais, não comes fruta/doce")	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
15	Diz algo de positivo sobre a comida que a criança está a comer ao jantar	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
16	Dá a comida à colher para conseguir que a criança coma o jantar	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
17	Ajuda a criança a comer o jantar ( por exemplo, corta a comida em pequenos pedaços)	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
18	Encoraja a criança a comer alguma coisa usando comida como recompensa (por exemplo, "Se acabares a salada dou-te fruta")	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>
19	Pede repetidamente à criança que coma o jantar	1 <input type="radio"/>	2 <input type="radio"/>	3 <input type="radio"/>	4 <input type="radio"/>	5 <input type="radio"/>



## QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DE DETERMINANTES DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR

### AVALIAÇÃO DE DETERMINANTES DO COMPORTAMENTO ALIMENTAR

<b>INSTRUÇÕES DE PREENCHIMENTO</b>	<p>Este questionário tem como objectivo avaliar alguns dos factores relacionados com o comportamento alimentar das crianças.</p> <p>O questionário vai ser submetido a leitura óptica. Por favor use tinta preta ou azul evitando riscar fora dos círculos. Obrigada</p>	<b>Preencha</b> <div style="display: inline-block; vertical-align: middle;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 5px;">[</div> <div style="margin-right: 5px;">assim</div> <div style="margin-right: 5px;">●</div> </div> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 5px;">[</div> <div style="margin-right: 5px;">assim não</div> <div style="margin-right: 5px;">⊗</div> <div style="margin-right: 5px;">⊙</div> </div> </div>
--	--	---

#### 1. Para as questões A e B assinale somente uma resposta.

A - Nos dias úteis de semana, o tempo que o(a) meu(minha) filho(a) passa a ver televisão é, em média, e por dia:

☐ 0 horas     
 ☐ 1-2 horas     
 ☐ 3-4 horas     
 ☐ 5-6 horas     
 ☐ mais de 6 horas

B - Nos dias de fim de semana, o tempo que o(a) meu(minha) filho(a) passa a ver televisão é, em média, e por dia:

☐ 0 hora     
 ☐ 1-2 horas     
 ☐ 3-4 horas     
 ☐ 5-6 horas     
 ☐ mais de 6 horas

#### 2. Seguem-se 4 questões que visam avaliar algumas das coisas que os pais pensam sobre a alimentação dos seus filhos. Para cada afirmação deverá escolher a resposta que está de acordo com a sua experiência pessoal.

	Quase sempre	Bastantes vezes	Às vezes	Poucas vezes	Nunca
1. Estou preocupado(a) com o peso do meu filho(a)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Consigo controlar o que o meu filho(a) come em casa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Consigo controlar o que o meu filho(a) come fora de casa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Sou capaz de fazer com que o(a) meu(minha) filho(a) tenha uma alimentação saudável	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#### 3. Escolha a resposta que está de acordo com a sua maneira de pensar.

Considero que o meu filho(a), para a sua idade e altura, tem:

☐ peso a menos     
 ☐ peso normal     
 ☐ peso a mais

### DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Determinantes alimentares

#### INSTRUÇÕES DE PREENCHIMENTO

As perguntas que se seguem dizem respeito a alguns dados sociodemográficos sobre a criança e a pessoa que preenche o questionário.  
O questionário vai ser submetido a leitura óptica.  
Por favor use tinta preta ou azul evitando riscar fora dos círculos.

Preencha

assim



assim não



#### As perguntas que se seguem referem-se à criança

1. **sexo** feminino ☐ masculino ☐
2. **A criança tem problema(s) de saúde que dure(m) há mais de 6 meses?** sim ☐ não ☐
3. **A criança nasceu de termo (9 meses de gravidez)?** sim ☐ não ☐
4. **Com que adulto vive a criança?** pai ☐ mãe ☐ outros ☐

#### As restantes perguntas abordam características referentes a SI, a pessoa que preenche o questionário

#### 5. Qual o grau de parentesco que tem com a criança?

☐ pai ☐ mãe ☐ outro ☐ sem parentesco c/ a criança

#### 6. Qual a sua idade?

menos de 18 anos ☐ 45-54 anos ☐  
 18-24 anos ☐ 55-64 anos ☐  
 25-34 anos ☐ 65-74 anos ☐  
 35-44 anos ☐ mais de 75 anos ☐

#### 7. Quanto anos de escolaridade completou?

☐ 1-4 ☐ 5-9 ☐ 10-12 ☐ mais de 12

#### 8. Quanto anos de escolaridade completou o seu companheiro(a) ou marido/mulher?

☐ 1-4 anos ☐ 5-9 anos ☐ 10-12 anos ☐ mais de 12 ☐ Não se aplica

#### 9. No total, quantas crianças com menos de 18 anos tem a viver consigo, em casa?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ mais de 5

**As perguntas que se seguem são respondidas por extensão. As questões 11 a 13 são de resposta obrigatória. As perguntas 14 a 16 devem ser respondidas somente se se aplicarem ao seu caso.**

10. Qual a data de nascimento da criança: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

11. Qual a sua ocupação/profissão (por favor seja específico/a, ex: técnico de vendas, doméstica)? Caso não esteja actualmente a trabalhar, qual a sua ocupação/ trabalho habitual? \_\_\_\_\_

12. Assinale com uma cruz a origem dos avós da criança

AVÔ MATERNO

(a) Portugal Continental e Ilhas Adjacentes \_\_\_\_

(b) Outra \_\_\_\_ Qual? Por favor especifique o país. \_\_\_\_\_

AVÓ MATERNA

(a) Portugal Continental e Ilhas Adjacentes \_\_\_\_

(b) Outra \_\_\_\_ Qual? Por favor especifique o país. \_\_\_\_\_

AVÔ PATERNO

(a) Portugal Continental e Ilhas Adjacentes \_\_\_\_

(b) Outra \_\_\_\_ Qual? Por favor especifique o país. \_\_\_\_\_

AVÓ PATERNO

(a) Portugal Continental e Ilhas Adjacentes \_\_\_\_

(b) Outra \_\_\_\_ Qual? Por favor especifique o país. \_\_\_\_\_

13. Qual a profissão/ocupação do seu companheiro(a) ou marido/mulher (por favor seja específico/a)? Caso não esteja actualmente a trabalhar, qual a ocupação/ trabalho habitual? \_\_\_\_\_

14. Se a criança tem problemas de saúde que durem há mais de 6 meses, diga qual ou quais: \_\_\_\_\_

15. Se a criança não nasceu de termo (9 meses), diga de quantas semanas nasceu: \_\_\_\_\_

16. A criança segue algum regime alimentar especial (ex.: vegetarianismo) SIM ☐ NÃO ☐

Se SIM, qual? \_\_\_\_\_

MUITO OBRIGADA!

## **ANEXO E – TABELAS ANEXAS DE RESULTADOS**

Tabela 1

Estatísticas descritivas dos três agrupamentos (clusters) de hábitos alimentares

Agrupamentos					Erro padrão da média
	N	%			
Melhores hábitos alimentares	61	30,5%	Média	71,79	0,303
			Desvio padrão	2,990	
			Mínimo	69	
			Máximo	81	
			Amplitude	12	
Hábitos alimentares médios	107	53,7%	Média	64,36	0,245
			Desvio padrão	2,459	
			Mínimo	60	
			Máximo	68	
			Amplitude	8	
Piores hábitos alimentares	32	16,0%	Média	55,31	0,576
			Desvio padrão	3,257	
			Mínimo	45	
			Máximo	59	
			Amplitude	14	

Tabela 2

Estatísticas descritivas dos três agrupamentos das Preferências Alimentares

Agrupamento					Erro padrão da media
	N	%			
Preferências mais saudáveis	60	27,3%	Média	14,63	0,888
			Desvio padrão	6,875	
			Mínimo	-9,5	
			Máximo	46,5	
			Amplitude	56	
Preferências médias	112	50,9%	Média	5,5	0,543
			Desvio padrão	5,752	
			Mínimo	-12	
			Máximo	18,5	
			Amplitude	30	
Preferências menos saudáveis	48	21,8%	Média	-5,78	1,10
			Desvio padrão	7,683	
			Mínimo	-23,5	
			Máximo	11	
			Amplitude	34,5	

Tabela 3

*Estatísticas descritivas dos agrupamentos de Conhecimento Nutricional Parental*

Grupos	N	%			Erro padrão
Conhecimento nutricional elevado	78	35,6%	Média	36,5063	0,24429
			Intervalo de confiança para o limite inferior médio	36,0200	
			Limite inferior médio	36,9927	
			Mediana	36,0000	
			Variância	4,715	
			Desvio padrão	2,17134	
			Máximo	44,00	
			Mínimo	34,00	
			Média	28,5776	0,27465
			Intervalo de confiança para o limite inferior médio	28,0335	
Conhecimento nutricional médio	114	52,3%	Limite inferior médio	28,1216	
			Mediana	29,0000	
			Variância	8,750	
			Desvio padrão	2,95812	
			Máximo	33,00	
			Mínimo	22,00	
			Média	14,8889	1,18914
			Intervalo de confiança para o limite inferior médio	12,4446	
			Limite inferior médio	17,3332	
			Mediana	17,0000	
Conhecimento nutricional baixo	27	12,2%	Variância	38,179	
			Desvio padrão	6,17896	
			Máximo	21,00	
			Mínimo	7,00	

Tabela 4

*Testes de normalidade das preferências alimentares, hábitos alimentares, IMC, conhecimento nutricional, exigência e responsividade*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estatística	df	p	Estatística	df	P
Preferências alimentares	0,063	220	0,032	0,985	220	0,017
Hábitos alimentares	,062	179	,086	,991	179	,344
IMC	,160	179	,000	,930	179	,000
Conhecimento nutricional	,144	179	,000	,856	179	,000
Exigência	,047	224	,200	,991	224	,212
Responsividade	,072	223	,006	,976	223	,001

a. Lilliefors Significance Correction

Rejeita-se a hipótese de normalidade a  $p < 0,05$

Tabela 5

*Cruzamento dos hábitos alimentares com o sexo da criança*

Sexo da criança		Hábitos alimentares da criança						Total	
		Melhores		Médios		Piores			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Feminino		24	25,8%	55	59,1%	14	15,1%	93	100,0%
	Masculino	36	35,3%	49	48,0%	17	16,7%	102	100,0%

Tabela 6

*Cruzamento dos hábitos alimentares com as preferências alimentares*

		Hábitos Alimentares da criança						Total	
		Melhores		Médios		Piores			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Preferências alimentares	Mais saudáveis	20	36,4%	29	52,7%	6	10,9%	55	100,0%
	Médias	28	29,2%	49	51,0%	19	19,8%	96	100,0%
	Menos saudáveis	10	24,4%	26	63,4%	5	12,2%	41	100,0%

Tabela 7

*Cruzamento dos hábitos alimentares com o tempo médio semanal de visionamento de televisão*

Tempo médio de visionamento de TV	Hábitos Alimentares da criança							Total	
	Melhores		Médios		Piores				
menos 15 hrs	45	34,1%	70	53,0%	17	12,9%	132	100,0%	
15 - 29 hrs	14	25,0%	28	50,0%	14	25,0%	56	100,0%	
30 hrs ou mais	2	22,2%	6	66,7%	1	11,1%	9	100,0%	

Tabela 8

*Cruzamento dos hábitos alimentares da criança com a escolaridade parental*

		Hábitos alimentares da criança					
		Melhores		Médios		Piores	
		N	%	N	%	N	%
Escolaridade parental							
Até 9 anos		16	26,7%	41	39,4%	12	38,7%
10-12 anos		25	41,7%	36	34,6%	11	35,5%
Mais de 12 anos		19	31,7%	27	26,0%	8	25,8%
Total		60	100%	104	100%	31	100%



Tabela 9

*Cruzamento dos hábitos alimentares com a profissão dos pais*

		Hábitos alimentares						Total	
		Melhores		Médios		Piores			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Profissão parental	Quadros superiores e dirigentes, especialistas intelectuais e científicos	12	50,0%	9	37,5%	3	12,5%	24	100%
	Técnicos e profissionais de nível intermédio	5	25,0%	13	65,0%	2	10,0%	20	100%
	Pessoal administrativo e similares	14	38,9%	18	50,0%	4	11,1%	36	100%
	Pessoal de serviços e vendedores	8	21,1%	25	65,8%	5	13,2%	38	100%
	Agricultores, operários, artífices, operadores instalação e máquinas	1	5,6%	12	66,7%	5	27,8%	18	100%
	Não qualificados	11	45,8%	8	33,8%	5	20,8%	24	100%
	Outros	7	26,9%	16	61,5%	3	11,5%	26	100%

Tabela 10

*Cruzamento dos hábitos alimentares com a idade parental*

		Hábitos alimentares da criança							
		Melhores		Médios		Piores		Total	
		N	%	N	%	N	%		
		N	%	N	%	N	%		
Idade do adulto	18-34	24	27,9%	48	55,8%	14	16,3%	86	100,0%
	35-54	36	33,6%	55	51,4%	16	15,0%	107	100,0%

Tabela 11

*Cruzamento dos hábitos alimentares com o estilo parental alimentar*

		HÁBITOS ALIMENTARES					
		Melhores		Médios		Piores	
		N	%	N	%	N	%
Estilo parental	Autoritário	15	25,0%	33	32,0%	7	22,6%
	Orientador	9	15,0%	19	18,4%	3	9,7%
	Permissivo	29	48,3%	32	31,1%	11	35,5%
	Não Envolvido	7	11,7%	19	18,4%	10	32,3%

Tabela 12

*Cruzamento dos hábitos alimentares com o conhecimento nutricional dos pais*

		Hábitos Alimentares						Total	
		Melhores		Médios		Piores			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Conhecimento Nutricional	Elevado	28	37,8%	35	47,3%	11	14,9%	74	100,0%
	Médio	29	28,2%	58	56,3%	16	15,5%	103	100,0%
	Baixo	4	22,2%	10	55,6%	4	22,2%	18	100,0%

Tabela 13

*Cruzamento dos hábitos alimentares com a preocupação parental com o peso*

		Hábitos Alimentares						Total	
		Melhores		Médios		Piores			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Preocupação Parental	Quase Sempre ou Bastantes vezes	12	30,8%	20	51,3%	7	17,9%	39	100,0%
	As Vezes	12	23,1%	30	57,7%	10	19,2%	52	100,0%
	Poucas Vezes	19	30,6%	36	58,1%	7	11,3%	62	100,0%
	Nunca	18	39,1%	20	43,5%	8	17,4%	46	100,0%

Tabela 14

*Cruzamento dos hábitos alimentares com a atribuição parental de autoeficácia*

		Hábitos Alimentares						Total	
		Melhores		Médios		Piores			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Atribuição de autoeficácia Parental	Quase sempre	30	34,5%	47	54,0%	10	11,5%	87	100,0%
	Bastantes vezes	23	35,4%	33	50,8%	9	13,8%	65	100,0%
	Às vezes ou poucas vezes	8	17,4%	25	54,3%	13	28,3%	46	100,0%

Tabela 15

*Cruzamento dos hábitos alimentares com a atribuição parental de controlo*

		Hábitos Alimentares						Total	
		Melhores		Médios		Piores			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Atribuição controlo parental	Quase sempre	18	52,9%	11	32,4%	5	14,7%	34	100,0%
	Bastantes vezes	34	29,1%	69	59,0%	14	12,0%	117	100,0%
	As vezes, poucas ou nunca	9	19,6%	24	52,2%	13	28,3%	46	100,0%

Tabela 16

*Cruzamento dos hábitos alimentares das crianças com a percepção parental de peso (correta/incorrecta)*

		Hábitos Alimentares						Total	
		Melhores		Médios		Piores			
		N	%	N	%	N	%	N	%
Percepção de peso	Correta	28	34,1%	43	52,4%	11	13,4%	82	100,0%
	Incorreta	24	26,4%	50	54,9%	17	18,7%	91	100,0%

Tabela 17

*Cruzamento do conhecimento nutricional com a idade do adulto*

		CONHECIMENTO NUTRICIONAL					
		Elevado		Médio		Baixo	
		N	%	N	%	N	%
Idade	18-34	27	34,2%	60	54,5%	11	50%
	35-54	52	65,8%	50	45,5%	11	50%

Tabela 18

*Cruzamento do conhecimento nutricional com a escolaridade parental*

		CONHECIMENTO NUTRICIONAL					
		Elevado		Médio		Baixo	
		N	%	N	%	N	%
Escolaridade	Menos de 10 anos	14	17,7%	47	42,3%	20	80%
	10-12 anos	37	46,8%	34	30,6%	4	16%
	Mais de 12 anos	28	35,4%	30	27,0%	1	4%

Tabela 19

*Cruzamento do conhecimento nutricional com a profissão parental*

		Conhecimento nutricional					
		Elevado		Médio		Baixo	
		N	%	N	%	N	%
Profissão parental	Quadros superiores, especialistas intelectuais e científicos	14	58,33%	10	41,67%	0	0,00%
	Técnicos/profissionais de nível intermédio	10	47,62%	11	52,38%	0	0,00%
	Pessoal administrativo e similares	22	59,46%	14	37,84%	1	2,70%
	Pessoal de serviços e vendedores	14	31,82%	24	54,55%	6	13,64%
	Agricultores, pescadores, operários, artífices, operadores de instalações e máquinas	5	18,52%	18	66,67%	4	14,81%
	Não qualificados	8	29,63%	15	55,56%	4	14,81%
	Outros	2	11,11%	9	50,00%	7	38,89%

Tabela 20

*Cruzamento do conhecimento nutricional com os estilos parentais*

		ESTILOS PARENTAIS							
		Orientador		Autoritário		Permissivo		Não envolvido	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Conhecimento nutricional	Elevado	18	52,9%	17	26,2%	28	36,4%	14	40,0%
	Médio	12	35,3%	39	60,0%	42	54,5%	17	48,6%
	Baixo	4	11,8%	9	13,8%	7	9,1%	4	11,4%
	Total	34	100%	65	100%	77	100%	35	100%

Tabela 21

*Cruzamento do conhecimento nutricional com a preocupação com o peso*

		CONHECIMENTO NUTRICIONAL					
		Elevado		Médio		Baixo	
		N	%	N	%	N	%
Preocupação parental com o peso	Quase sempre / bastantes vezes	13	16,5%	25	21,7%	6	23,1%
	Às vezes	17	21,5%	35	30,4%	9	34,6%
	Poucas vezes	29	36,7%	31	27,0%	4	15,4%
	Nunca	20	25,3%	24	20,9%	7	26,9%
	Total	79	100%	115	100%	26	100%

Tabela 22

*Cruzamento do conhecimento nutricional com a autoeficácia parental*

		Conhecimento nutricional					
		Elevado		Médio		Baixo	
		N	%	N	%	N	%
Autoeficácia parental	Quase sempre	36	45,6%	49	42,6%	8	30,8%
	Bastantes vezes	29	36,7%	40	34,8%	11	42,3%
	Às vezes /Poucas vezes/nunca	14	17,7%	26	22,6%	7	26,9%
	Total	79	100%	115	100%	26	100%

Tabela 23

*Cruzamento do conhecimento nutricional com a atribuição de controlo parental*

		Conhecimento Nutricional		
		Elevado	Médio	Baixo
Controlo	Quase sempre	16	17	2
	Bastantes vezes	52	64	16
	Às vezes/ poucas vezes/ nunca	9	34	7

Tabela 24

*Cruzamento da percepção parental de peso com o sexo da criança*

		Percepção parental de peso			
		Correta		Incorreta	
		N	%	N	%
Sexo da criança	Feminino	46	50,5%	48	51,1%
	Masculino	45	49,5%	51	49,5%%
	TOTAL	91	100%	99	100%

Tabela 25

*Cruzamento da Percepção parental de peso e escolaridade dos pais*

		Percepção parental de peso			
		Correta		Incorreta	
		N	%	N	%
Escolaridade	Menos de 10 anos	31	34,1%	36	36,7%
	10-12 anos	33	36,3%	37	37,8%
	Mais de 12 anos	27	29,7%	25	25,5%
	TOTAL	91	100%	98	100%

Tabela 26

*Cruzamento da percepção parental de peso com idade dos pais*

		Percepção parental de peso			
		Correta		Incorreta	
		N	%	N	%
IDADE	18-34	43	47,8%	50	52,1%
	35-54	47	52,2%	46	47,9 %
	TOTAL	90	100%	96	100%



Tabela 27

*Cruzamento da percepção parental de peso com a profissão do adulto*

		Percepção parental de peso			
PROFISSÃO		Correta		Incorreta	
		N	%	N	%
	Quadros superiores e dirigentes / Especialistas intelectuais e científicos	13	14,9%	10	11,1%
	Técnicos e profissionais de nível intermédio	9	10,3%	9	10,0%
	Pessoal administrativo e similares	18	20,7%	16	17,8%
	Pessoal de serviços e vendedores	17	19,5%	23	25,6%
	Agricultores, pesca /Operários, artífices / Operadores instalações e máquinas	9	10,3%	9	10,0%
	Não qualificados	8	9,2%	12	13,3%
	Outros	13	14,9%	11	12,2%
	Total	87	100%	90	100%

Tabela 28

*Estatística descritiva do conhecimento nutricional nas duas categorias de percepção parental de peso*

	N	Média	Desvio padrão	Erro padrão da média
Percepção correta	92	30,76	6,370	0,664
Percepção incorreta	97	30,09	6,708	0,681
Total	189			-

Tabela 29

*Cruzamento da percepção parental de peso com os estilos parentais*

		Percepção parental de Peso				Total
		Percepção correta		Percepção incorreta		
		N	%	N	%	
Estilo parental de alimentação	Orientador	13	46,4	15	53,6	28
	Autoritário	23	46,9	26	53,1	49
	Permissivo	36	51,4	34	48,6	70
	Não envolvido	17	51,5	16	48,5	33

Tabela 30

*Cruzamento da percepção parental de peso com a preocupação parental*

		Percepção parental de peso			
		Correta		Incorreta	
		N	%	N	%
Preocupação parental	Quase sempre / Bastantes vezes	10	10,9%	24	23,8 %
	Às vezes	29	31,5%	24	23,8%
	Poucas vezes	28	30,4%	31	30,7%
	Nunca	25	27,2%	22	21,8%
	Total	92	100%	101	100%

Tabela 31

*Cruzamento da percepção parental de peso com a autoeficácia parental*

		Percepção parental de peso			
		Correta		Incorreta	
		N	%	N	%
Autoeficácia parental	Quase sempre	41	44,1%	43	43,0 %
	Bastantes vezes	38	40,9%	30	30,0%
	Às vezes / Poucas vezes	14	15,1%	27	27,0%
	Total	93	100%	100	100%

Tabela 32

*Cruzamento da percepção parental de peso com a atribuição de controlo parental*

		Percepção parental de peso			
		Correta		Incorreta	
		N	%	N	%
Atribuição de controlo parental	Quase sempre	16	18,2%	13	14,4 %
	Bastantes vezes	60	68,2%	51	56,7%
	Às vezes / Poucas vezes	12	13,6%	26	28,9%
	Total	88	100%	90	100%

Tabela 33

*Valores do teste de Mann-Whitney para a comparação do IMC nos dois grupos de percepção de peso*

	IMC da criança
Mann-Whitney U	1418,500
Wilcoxon W	5513,500
Z	-7,782
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

Tabela 34

Valores centrais do IMC nos dois grupos de percepção de peso

	Percepção do Peso	N	Mean Rank	Sum of Ranks
IMC da criança	Percepção correta	90	61,26	5513,50
	Percepção incorreta	92	121,08	11139,50
	Total	182		

Tabela 35

*Valores do teste Mann-Whitney para comparação dos dois grupos de percepção parental de peso relativamente ao conhecimento nutricional*

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Percepção parental de peso	Correta	92	97,06	8929,50
	Incorreta	97	93,05	9025,50
	Total	189		

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Conhecimento Nutricional Global
Mann-Whitney U	4272,500
Wilcoxon W	9025,500
Z	-,505
Asymp. Sig. (2-tailed)	,614

a. Grouping Variable: Percepção do Peso (Correta/incorrecta)

Tabela 36

Valores do teste Mann-Whitney para comparação dos dois grupos de percepção parental de peso relativamente à preocupação parental

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Percepção parental de peso	Correta	92	102,93	9470,00
	Incorreta	101	91,59	9251,00
	Total	193		
Test Statistics <sup>a</sup>				
Preocupação com o peso em quatro categorias				
Mann-Whitney U		4100,000		
Wilcoxon W		9251,000		
Z		-1,460		
Asymp. Sig. (2-tailed)		,144		
a. Grouping Variable: Percepção do Peso (Correta/Incorreta)				

Tabela 37

Valores do teste Mann-Whitney para comparação dos dois grupos de percepção parental de peso relativamente à atribuição de autoeficácia parental

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Percepção parental de peso	Correta	93	93,20	8667,50
	Incorreta	100	100,54	10053,50
	Total	193		
Test Statistics <sup>a</sup>				
Atribuição de autoeficácia (3 Categorias)				
Mann-Whitney U		4296,500		
Wilcoxon W		8667,500		
Z		-,981		
Asymp. Sig. (2-tailed)		,327		

Tabela 38

Valores do teste Mann-Whitney para comparação dos dois grupos de percepção parental de peso relativamente à atribuição de controlo parental

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Percepção parental de peso	Correta	91	87,15	7930,50
	Incorreta	99	103,18	10214,50
	Total	190		

Test Statistics <sup>a</sup>	
Atribuição de controlo parental	
Mann-Whitney U	3744,500
Wilcoxon W	7930,500
Z	-2,292
Asymp. Sig. (2-tailed)	,022

a. Grouping Variable: Percepção do Peso (Correta/incorrecta)

Tabela 39

*Cruzamento do IMC com sexo da criança*

		IMC							
		Baixo peso		Peso normal		Pré-obesidade		Obesidade	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Sexo	Feminino	4	1,9	60	28,8	19	9,1	20	9,6
	Masculino	3	1,4	66	31,7	18	8,6	18	8,6

Tabela 40

*Cruzamento do IMC da criança com a idade dos pais*

		IMC							
		Baixo peso		Peso normal		Pré-obesidade		Obesidade	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Idade	18-34	2	1,05%	59	30,89%	19	9,95%	17	8,90%
	35-54	4	2,09%	59	30,89%	16	8,38%	18	7,85%

Tabela 41

*Cruzamento do IMC com os anos de escolaridade dos pais*

Anos de escolaridade	IMC						Total	
	Normal e baixo peso		Pré-obesidade		Obesidade		N	%
	N	%	N	%	N	%		
1-4 anos	6	75,0%	0	,0%	2	25,0%	8	100,0%
5-9 anos	40	61,5%	11	16,9%	14	21,5%	65	100,0%
10-12 anos	45	62,5%	17	23,6%	10	13,9%	72	100,0%
Mais de 12 anos	35	66,0%	7	13,2%	11	20,8%	53	100,0%

Tabela 42

*Cruzamento do IMC com a profissão do adulto*

	IMC						Total		
	Peso normal e baixo peso		Excesso de peso		Obesidade				
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Profissão do adulto	Quadros superiores e dirigentes, especialistas intelectuais e científicos	18	78,3%	2	8,7%	3	13,0%	23	100%
	Técnico e profissionais de nível intermédio	12	60,0%	6	30,0%	2	10,0%	20	100%
	Pessoal administrativo e similares	24	72,7%	5	15,2%	4	12,1%	33	100%
	Pessoal de serviços e vendedores	24	58,5%	10	24,4%	7	17,1%	41	100%
	Agricultores, operários, artífices, operadores instalação e máquinas	11	50,0%	4	18,2	7	31,8%	22	100%
	Não qualificados	13	56,5%	4	17,4%	6	26,1%	23	100%
	Outros	20	71,4%	2	7,1%	6	21,4%	28	100,0%



Tabela 43

*Cruzamento do IMC com a origem geográfica dos avós*

		Categoria de IMC									
		Baixo Peso		Peso Normal		Pré-Obesidade		Obesidade		Total	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
		—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Origem	Portuguesa	5	3,4%	88	59,9%	23	15,6%	31	21,1%	147	100%
	Africana	0	0%	14	66,7%	4	10,0%	3	14,3%	21	100%
	Mista	0	0%	13	61,9%	5	23,8%	3	14,3%	21	100%
	Europa de Leste	0	0%	3	100%	0	0%	0	0%	3	100%
	Brasileira	0	0%	1	33,3%	2	66,7%	0	0%	3	100%
	Oriental	1	50%	1	50%	0	0%	0	0%	2	100%

Tabela 44

*Cruzamento do IMC com o tempo médio semanal de visionamento de televisão*

	IMC						Total	
	Peso normal e baixo peso		Pré obesidade		Obesidade			
	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>	<u>N</u>	<u>%</u>
Menos 15 hrs	89	63,6%	21	15,0%	30	21,4%	140	100,0%
15 - 29 hrs	34	65,4%	12	23,1%	6	11,5%	52	100,0%
30 hrs ou mais	3	37,5%	3	37,5%	2	25,0%	8	100,0%

Tabela 45

*Cruzamento do IMC com as preferências alimentares da criança*

		IMC							
		Baixo peso		Peso normal		Pré-obesidade		Obesidade	
		N	%	N	%	N	%	N	%
PREFERÊNCIAS ALIMENTARES	Mais saudáveis	0	0%	36	29,3%	15	41,7%	7	20,6%
	Medianamente saudáveis	6	85,7%	57	46,3%	13	36,1%	23	67,6%
	Menos saudáveis	1	14,3%	30	24,4%	8	22,2%	4	11,8%

Tabela 46

*Cruzamento do IMC com o conhecimento nutricional dos pais*

		Conhecimento nutricional						Total	
		Elevado		Médio		Baixo			
		N	%	N	%	N	%	N	%
IMC da criança	Baixo peso	2	33,3%	2	33,3%	2	33,3%	6	100%
	Peso Normal	48	39,3%	62	50,8%	12	9,8%	122	100%
	Pré- obesidade	10	28,6%	20	57,1%	5	14,3%	35	100%
	Obesidade	11	30,6%	20	55,3%	5	13,9%	26	100%

Tabela 47

*Cruzamento do IMC com a preocupação parental com o peso da criança*

		Categorias de IMC							
		Baixo-peso		Peso normal		Pré-obesidade		Obesidade	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Preocupação parental com o peso da criança	Quase sempre	0	0%	16	13,1%	1	2,8%	3	7,9%
	Bastantes vezes	1	14,3%	11	9,0%	1	2,8%	4	10,5%
	Às vezes	2	28,6%	35	28,7%	12	33,3%	8	21,1%
	Poucas vezes	2	28,6%	30	24,6%	15	41,7%	13	34,2%
	Nunca	2	28,6%	30	24,6%	7	19,4%	10	26,3%
	Total	7	100%	122	100%	36	100%	38	100%

Tabela 48

*Cruzamento do IMC com a atribuição de controlo parental*

		IMC da criança							
		Baixo peso		Peso normal		Pré obesidade		Obesidade	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Controlo parental	Quase sempre	1	14,3%	21	17,4%	4	11,8%	8	21,1%
	Bastantes vezes	4	57,1%	79	65,3%	18	52,9%	21	55,3%
	Às vezes	2	56,1%	17	14,0%	11	32,4%	6	15,8%
	Poucas vezes	0	,0%	4	3,3%	1	2,9%	2	5,3%
	Nunca	0	,0%	0	,0%	0	,0%	1	2,6%
	Total	7	100%	121	100%	34	100%	38	100%

Tabela 49

*Cruzamento do IMC com a atribuição parental de autoeficácia*

		CATEGORIAS DE IMC							
		Baixo-peso		Peso normal		Pré- obesidade		Obesidade	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Autoeficácia parental	Quase sempre	1	16,7%	54	43%	14	38,9%	19	50%
	Bastantes vezes	3	50%	46	37,1%	12	33,3%	13	34,2%
	Às vezes	2	33,3%	22	17,7%	9	25%	4	10,5%
	Poucas vezes	0	,0%	2	1,6%	1	2,8%	2	5,3%
	Nunca	0	,0%	0	,0%	0	,0%	0	,0%
	Total	6	100%	124	100%	36	100%	38	100%

Tabela 50

*Cruzamento do IMC com os estilos parentais*

		IMC							
		Baixo peso		Peso normal		Pré-obesidade		Obesidade	
		N	%	N	%	N	%	N	%
ESTILO PARENTAL	Autoritário	3	50%	38	31,1%	10	28,6%	9	24,3%
	Orientador	2	33,3%	18	14,8%	4	11,4%	7	18,8%
	Permissivo	1	16,7%	44	36,1%	13	37,1%	16	43,2%
	Não Envolvido	0	0,0%	22	18,0%	8	22,9%	5	13,5%
	Total	6	100%	122	100%	35	100%	37	100%